



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Enfermería

“ESTILO DE VIDA DE LOS ESTUDIANTES DE
ENFERMERÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA, LOS
OLIVOS, 2020”

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciada en Enfermería

Autores:

Lamadrid Robles, Cielo Esther

Lobato Pineda, Katherine Luz

Asesora:

Dra. Dora Clarisa Muñoz Garay

Lima - Perú

2020

CONTENIDO

ACTA DE AUTORIZACIÓN PARA SUSTENTACIÓN DE TESIS.....	i
ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS.....	ii
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
ÍNDICE DE TABLAS.....	vii
ÍNDICE DE FIGURAS	ix
RESUMEN.....	xi
ABSTRACT.....	xii
CAPITULO I. INTRODUCCIÓN	1
1.1. Realidad problemática.....	2
1.1.1. Antecedentes.....	4
1.1.2. Definiciones conceptuales	8
1.2. Formulación del problema	14
1.2.1 Problema General	14
1.2.2 Problemas Específicos	14
1.3. Objetivos	15
1.3.1 Objetivo general.....	15
1.3.2 Objetivos específicos	15
CAPITULO II. METODOLOGÍA.....	17
2.1. Tipo de investigación	17
2.2. Población y muestra (Materiales, instrumentos y métodos).....	17
2.3.1. Validez	18
2.3.2. Confiabilidad	18
2.4. Procedimiento	19
2.5. Principios Éticos	19
CAPITULO III. RESULTADOS	20
CAPITULO IV. DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	27
4.1. Discusión	27
4.2. Conclusiones.....	30
4.3. Recomendaciones	30
Referencias	31
ANEXOS	36

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla	Pág.
Tabla n.º 1. <i>Estilo de vida, en su dimensión Alimentación en los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020</i>	24
Tabla n.º 2. <i>Estilo de vida, en su dimensión Actividad Física en los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020</i>	25
Tabla n.º 3. <i>Estilo de vida, en su dimensión Responsabilidad en salud en los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020</i>	26
Tabla n.º 4. <i>Estilo de vida, en su dimensión Manejo de estrés/sueño en los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020</i>	27
Tabla n.º 5. <i>Estilo de vida, en su dimensión Relaciones interpersonales en los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020</i>	28
Tabla n.º 6. <i>Estilo de vida, en su dimensión Auto actualización en los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020</i>	29
Tabla n.º 7. <i>Estilo de vida, en los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020</i>	30
Tabla n.º 8. <i>Estudiantes de la carrera de Enfermería agrupados por ciclos académicos pertenecientes del periodo 2019 – II de una universidad privada, Los Olivos 2020</i>	56
Tabla n.º 9. <i>Edad de los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020</i>	58
Tabla n.º 10. <i>Sexo de los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020</i>	59
Tabla n.º 11. <i>Estado de convivencia de los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020</i>	60
Tabla n.º 12. <i>Procedencia de los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020</i>	61

Tabla n.º 13. Estado laboral de los estudiantes de Enfermería de una universidad privada,	
Los	Olivos
2020.....	62

Tabla n.º 14. Consumo de alcohol en los estudiantes de Enfermería de una universidad privada,	
Los	Olivos
2020.....	63

Tabla n.º 15. Consumo de tabaco de los estudiantes de Enfermería de una universidad privada,	
Los	Olivos
2020.....	64

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura	Pág.
Figura n.º 1. Porcentaje sobre Estilo de vida, en su dimensión alimentación en los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020	24
Figura n.º 2. Porcentaje sobre el estilo de vida, en su dimensión actividad física en los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020	25
Figura n.º 3. Porcentaje sobre el estilo de vida, en su dimensión responsabilidad en salud en los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020	26
Figura n.º 4. Porcentaje sobre el estilo de vida, en su dimensión manejo del estrés/sueño en los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020	27
Figura n.º 5. Porcentaje sobre el estilo de vida, en su dimensión relaciones interpersonales en los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020	28
Figura n.º 6. Porcentaje sobre el estilo de vida, en su dimensión Auto actualización en los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020	29
Figura n.º 7. Porcentaje sobre el estilo de vida, en los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020	30
Figura n.º 8. Porcentaje de estudiantes de la carrera de enfermería agrupados por ciclos académicos pertenecientes del periodo 2019 – II de una universidad privada, Los Olivos 2020	57
Figura n.º 9. Porcentaje de la edad de los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020.	58
Figura n.º 10. Porcentaje del sexo de los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020	59
Figura n.º 11. Porcentaje del estado de convivencia de los estudiantes de Enfermería de una universidad privada Los Olivos 2020	60
Figura n.º 12. Porcentaje del lugar de procedencia de los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020	61

Figura n.º 13. <i>Porcentaje del lugar de procedencia de los estudiantes de Enfermería de una universidad privada</i>	<i>Los Olivos</i>
2020.....	62

Figura n.º 14. <i>Porcentaje del consumo de alcohol en los estudiantes de Enfermería de una universidad privada,</i>	<i>Los Olivos</i>
2020.....	63

Figura n.º 15. <i>Porcentaje del consumo de tabaco en los estudiantes de Enfermería de una universidad privada,</i>	<i>Los Olivos</i>
2020.....	64

RESUMEN

El estudio tiene como objetivo determinar el estilo de vida de los estudiantes de Enfermería de una universidad privada, Los Olivos 2020. Metodología: Estudio cuantitativo, descriptivo, corte transversal y no experimental. La población censal estuvo comprendida de 439 estudiantes de enfermería de una universidad privada. La técnica fue la encuesta y el instrumento un cuestionario Nola Pender (PEPS – I) modificado por las autoras y validado mediante juicio de expertos con valor de Aiken 1.00 alcanzando un nivel de confiabilidad mediante de alfa de Cronbach de 0.886 con un nivel de confianza de 0.95%. Resultados: Los estilos de vida de los estudiantes de enfermería de una universidad privada califican de bueno en el 64.5% (256), seguido del 32.2% (128) que calificaron como regular y el 3.3% (13) calificaron como malo. Conclusión: En los estudiantes de la carrera de enfermería de una universidad privada predomina un buen estilo de vida, sin embargo, en la dimensión de actividad física existe una tendencia negativa de 40,3% lo que indica que se inclinan por una vida sedentaria, asimismo, en las dimensiones de manejo del estrés – sueño y responsabilidad en salud al unir los porcentajes regular y malo aumentan el valor a más del 50% siendo un factor de riesgo para el estilo de vida saludables. En los valores sociodemográficos, el II ciclo represento 24% de la población total siendo este con más cantidad de alumnado y la edad comprendida varia de 21 a 31 años.

Palabras clave: Estilos de vida, universitarios, enfermería

ABSTRACT

The objective of the study is to determine the lifestyle of Nursing students from a private university, Los Olivos 2020. Methodology: Quantitative, descriptive, cross-sectional and non-experimental study. The census population was comprised of 439 nursing students from a private university. The technique was the survey and the instrument a Nola Pender questionnaire (FIFO - I) modified by the authors and validated through expert judgment with a value of Aiken 1.00, reaching a level of reliability through Cronbach's alpha of 0.886 with a confidence level of 0.95%. Results: The lifestyles of nursing students from a private university rate as good in 64.5% (256), followed by 32.2% (128) who rate as fair and 3.3% (13) rate as bad. Conclusion: In nursing students from a private university, a good lifestyle predominates, however, in the physical activity dimension there is a negative trend of 40.3%, which indicates that they are inclined towards a sedentary life. In the dimensions of stress management - sleep and responsibility in health, by joining the regular and bad percentages, they increase the value to more than 50%, being a risk factor for a healthy lifestyle. In terms of sociodemographic values, the second cycle represented 24% of the total population, this being the largest number of students and the age range varied from 21 to 31 years.

Keywords: Lifestyles, university, nursing

NOTA DE ACCESO

No se puede acceder al texto completo pues contiene datos confidenciales

Referencias

- Acosta, T., & Jara, L. (2015). *Nivel de estrés y rendimiento académico de los estudiantes de la facultad de enfermería*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional de Trujillo, Perú.
- Alfonso, B., Calcino, M., Monteagudo, R., & Nieves, Z. (2015). Estrés académico. En *Revista Educación Médica del Centro*, 7(2), pp.163-178. Recuperado de http://www.revedumecentro.sld.cu/index.php/edumc/article/view/530/html_48
- American College Health Association (2017). American College Health Association-National College Health Assessment II. *Reference Group Executive Summary Spring*. Recuperado de https://www.acha.org/documents/ncha/NCHA-II_SPRING_2017_REFERENCE_GROUP_EXECUTIVE_SUMMARY.pdf
- Arellano, R. (2017). *Al medio hay sitio. El crecimiento social según los Estilos de Vida*. (1ª ed.). Lima: Planeta
- Baldera, M. (2018). *Calidad de sueño de los internos de Enfermería del Hospital Sergio Bernales*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú.
- Becerra, S. (2016). Descripción de las conductas de salud en un grupo de estudiantes universitarios de Lima. En *Revista de Psicología (PUCP)*, 34(2), 239-260. doi: 10.18800/psico.201602.001
- Benítez, J. (2017). *Hábitos alimenticios de jóvenes universitarios y el acceso a los alimentos*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Autónoma del Estado de México, Toluca, México.
- Broncano, V. (2018). *Estilo de vida de los estudiantes de la carrera de enfermería*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional de Chimborazo, Riobamba, Ecuador.
- Carranza, F., Hernández, M., y Alhuay, J. (2017). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de pregrado de psicología. *Revista Internacional de Investigación en Ciencias Sociales*, 13. <https://doi.org/10.18004/riics.2017.diciembre.133-146>
- Castañeda, C., Campos, M., & Castillo, O. (2016). Actividad física y percepción de salud de los estudiantes universitarios. En *Revista Facultad de Medicina*, 64 (2), 277-284. Recuperado de <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/57692/v64n2a13.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Climént, J. (2017). Fortalezas y debilidades del concepto polisémico de "competencias". En *Revista Actualidades investigativas en educación*, 17(3), 33-63. doi: [10.15517/AIE.V17I3.29065](https://doi.org/10.15517/AIE.V17I3.29065)

- Demyda, S., Merinas, M., García, A., González, A., Melendo, A., Moreno, M., & Moraga, A. (2018). Usos de la evaluación mediante pasatiempos como estrategia de aprendizaje activo. En *Revista innovación y buenas prácticas docentes*, 6(6), 29-38. Recuperado de <https://www.uco.es/ucopress/ojs/index.php/ripadoc/article/view/11075/10158>
- Escobar, A. et al. (2018). Metodología de la investigación científica. <https://corladancash.com/wp-content/uploads/2020/01/Metodologia-de-la-inv-cientifica-Arturo-Andres-Hernandez-Escobar.pdf>
- Estrés: ¿Qué le pasa a tu cuerpo cuando estás estresado? (4 de Setiembre de 2017). *Diario El País*, pp. B1-B6.
- Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. En *Revista chilena de pediatría*, 86(6), 436-443. doi: [10.1016/j.rchipe.2015.07.005](https://doi.org/10.1016/j.rchipe.2015.07.005)
- González Galeano, M. F. (2016). Respuesta al estrés académico de estudiantes universitarios del Paraguay: una comparación entre carreras. *Revista Científica Estudios E Investigaciones*, 5(1), 32-39. Recuperado de <http://revista.unibe.edu.py/index.php/rcei/article/view/130>
- González, I. (2015). Consideraciones desde la ética de la salud pública. <http://www.cbioetica.org/revista/161/1927.pdf>
- Gutiérrez, L., Álvarez, C., & Malqui, E. (2019). *Conductas promotoras de salud en los estudiantes de enfermería*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional del Callao, Perú.
- Hernández, R y Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Recuperado de <https://cutt.ly/ThD2uWg>
- Herazo, Y., Nuñez, N., Sánchez, L., Vásquez, F., Lozano, A., Torres, E., & Valdelamar, A. (2020). Estilos de vida relacionados con la salud en estudiantes universitarios. En *Revista Retos*, 38, 547-551. doi: 10.47197/38i38.72871
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (2018). Perú: Enfermedades no transmisibles y transmisibles. Recuperado de https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1657/libro.pdf
- Julcamoro, B. (2019). Estilos de vida según la teoría de Nola Pender en los estudiantes de enfermería. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional Federico Villarreal, Lima, Perú.

- López, F., Oyanedel J., y Rivera, G. (2020). Calidad del sueño según progresión académica en estudiantes chilenos de Obstetricia. En *Revista Medisur*, 18(2), pp. 211-222. Recuperado de <http://medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/4416>
- López, D. & Pumachaico, E. (2020). Estilo de vida saludable y factores sociales de los estudiantes de Enfermería. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional del Santa, Nuevo Chimbote, Perú
- Medeiros, K., Figueiredo, M., Bandeira, C., Lima, A., Maria, D., & Targino, J. (2020). Stress and quality of sleep in undergraduate nursing students. En *Revista Brasileira de Enfermagem*, 73(1). doi: 10.1590/0034-7167-2018-0227
- Ministerio de Salud (2017). Modelo de Abordaje para la Promoción de la Salud. Recuperado de http://bvs.minsa.gob.pe/local/promocion/203_prom30.pdf
- Ministerio de Salud (2018). Solo uno de tres peruanos realiza actividad física. Recuperado de <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/29074-solo-uno-de-tres-peruanos-realiza-actividad-fisica>
- Ministerio de Salud (2019). Guías Alimentarias para la Población Peruana. Recuperado de https://repositorio.ins.gob.pe/xmlui/bitstream/handle/INS/1128/guias_alimentarias_poblacion_peruana.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Ministerio de Salud (2019). Guías alimentarias para la población peruana. Recuperado de <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4832.pdf>
- Ministerio de Salud (2019). Unos 14 millones de peruanos sufren de sobrepeso y obesidad. Recuperado de <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/61305-unos-14-millones-de-peruanos-sufren-de-sobrepeso-y-obesidad/>
- Molano, N., Vélez, R., & Rojas, E. (2019). Actividad física y su relación con la carga académica de estudiantes universitarios. En *Revista Hacia la Promoción de la Salud*, 24(1), 112-120. doi: 10.17151/hpsal.2019.24.1.10
- Morales, M., Gómez, V., García, C., Chaparro, L., & Carreño, S. (2018). Estilo de vida saludable en estudiantes de enfermería del Estado de México. En *Revista Colombiana de Enfermería*, 16, 19-24. doi: 10.18270/rce.v16i13.2300
- Nieto, D., & Nieto, I. (2020). Estilo de vida de estudiantes de la Universidad del Atlántico: un estudio descriptivo-transversal. En *Revista Ciencia e Innovación en Salud*, e68, 19-30. doi: 10.17081/innosa.69
- Nina, F. (2018). La práctica de actividad física en los estudiantes de la escuela profesional de ingeniería civil. (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional del Altiplano, Puno, Perú.

- Organización Mundial de la Salud (2016). ¿Qué es la promoción de la salud? Recuperado de <https://www.who.int/features/qa/health-promotion/es/>
- Organización Mundial de la Salud (2018). Enfermedades no transmisibles. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
- Organización Mundial de la Salud (2020). Las 10 principales causas de defunción. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death>
- Organización Mundial de la Salud (2020). Actividad Física. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Organización Mundial de la Salud (2020). Obesidad y sobrepeso. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Organización Panamericana de la Salud (2016). Guía de Entornos y Estilos de Vida Saludables en Comunidades Indígenas Lencas. Recuperado de <http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/34580/vidasaludable2016-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 2016;
- Organización Panamericana de la Salud (2016). Situación de Salud en las Américas: Indicadores Básicos 2016. Recuperado de <https://iris.paho.org/handle/10665.2/31288>
- Organización Panamericana de la Salud (2018). Actividad Física. Recuperado de <https://www.paho.org/es/temas/actividad-fisica>
- Organización Panamericana de la Salud (2019). HEARTS Paquete técnico para el manejo de las enfermedades cardiovasculares en la atención primaria de salud. Hábitos y estilos de vida saludables: asesoramiento para los pacientes. Recuperado de https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/50805/OPSNMH19001_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Organización Panamericana de la Salud (2017). Semana del Bienestar Herramienta electrónica de planificación. Recuperado de <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2017/wellness-week-2017-toolspa.pdf>
- Peña, I. et al. (2019). Relación entre estrés percibido y calidad de sueño en enfermeras de turnos nocturno y rotativo. Recuperado de: <https://revistacolombianadeenfermeria.unbosque.edu.co/article/view/2640/2309>
- Perú. Ministerio de Salud (2015). *Resolución ministerial N°485-2015-MINSA*: Orientaciones técnicas para promover universidades saludables. Recuperado de <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/3396.pdf>
- Quispe, Y. (2019). *Estilo de vida en los estudiantes de enfermería*. (Tesis de Licenciatura). Universidad de Ciencias y Humanidades, Lima, Perú.

- Revolledo, A. (2018). *Relaciones interpersonales y satisfacción laboral en los enfermeros del servicio de emergencia, Hospital María Auxiliadora*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Lima, Perú.
- Salamanca, B. (2016). *La comunicación asertiva: herramienta pedagógica para desarrollar la competencia comunicativa*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Pedagógica Nacional, Bogotá. Colombia.
- Santos, J. (2017). *Prevalencia de Estrés Académico y Factores Asociados en estudiantes de Ciencias de la Salud*. (Tesis de Magister). Universidad Católica de Cuenca, Ecuador
- Suescún, S., Sandoval, C., Hernández, F., Araque, I., Fagua, L., Bernal, F. & Corredor, S. (2017). Estilos de vida en estudiantes de una universidad de Boyacá, Colombia. En *Revista de la Facultad de Medicina*, 65(2), 227-31. doi: 10.15446/revfacmed.v65n2.58640
- Supo, M. (2018). La autoestima y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes de la Facultad de Trabajo Social. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional del Altiplano, Puno, Perú.
- Tapullima, J. y Reategui, Y. (2017). *Autoestima y relaciones interpersonales en estudiantes del tercer al quinto nivel de estudios Facultad de Enfermería*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional de la Amazonia Peruana, Perú
- Tomás, L. (2016). *La salud, tu mejor talento. El camino hacia una vida saludable*. (1ª ed.). España: Plataforma
- Uriarte, Y., & Vargas, A. (2018). *Estilos de vida de los estudiantes de Ciencias de la Salud*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Norbert Wiener, Lima, Perú
- Valdivia E. (2017). *Actitudes hacia la promoción de la salud y estilos de vida Modelo Pender, profesionales del equipo de salud, Microred Mariscal Castilla*. (Tesis de Licenciatura) Universidad Nacional De San Agustín, Arequipa, Perú.
- Vara, K. (2020). *Estilo de vida según características sociodemográficas en estudiantes de enfermería en una universidad pública*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, UNMSM, Lima, Perú.